

**ANALISIS PERMAINAN TRADISIONAL BOY-BOYAN  
SEBAGAI ALTERNATIF AKTIVITAS KEBUGARAN  
JASMANI PADA SISWA KELAS IV DI SEKOLAH DASAR  
NEGERI CIKULUR**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Pendidikan Guru Sekolah Dasar



**Oleh**

**NUR SYIFA FAUZIAH**

**1606755**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR  
KAMPUS SERANG  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2020**

**ANALISIS PERMAINAN TRADISIONAL BOY-BOYAN  
SEBAGAI ALTERNATIF AKTIVITAS KEBUGARAN  
JASMANI PADA SISWA KELAS IV DI SEKOLAH DASAR  
NEGERI CIKULUR**

Oleh

NUR SYIFA FAUZIAH

Sebuah Skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh  
gelar Sarjana Pendidikan pada Program Pendidikan Guru Sekolah Dasar

©Nur Syifa Fauziah 2020

Kampus Universitas Pendidikan Indonesia di Serang

Agustus 2020

Hak cipta dilindungi undang-undang

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian

Dengan dicetak ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :  
Nama : Nur Syifa Fauziah  
NIM : 1606755  
Program Studi : PGSD  
Judul Skripsi :

ANALISIS PERMAINAN TRADISIONAL BOY-BOYAN SEBAGAI  
ALTERNATIF AKTIVITAS KEBUGARAN JASMANI PADA SISWA KELAS  
IV DI SEKOLAH DASAR NEGERI CIKULUR

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai  
bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan  
Guru Sekolah Dasar pada Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar  
Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Serang

### DEWAN PENGUJI

Penguji I : Dr Supriadi, M.Pd. tanda tangan.....

Penguji II : Drs. H. Widjojoko, M.Pd. tanda tangan.....

Penguji III : Firman Robiansyah, M.Pd. tanda tangan.....

Ditetapkan di : Serang

Tanggal : 24 Agustus 2020

**ANALISIS PERMAINAN TRADISIONAL BOY-BOYAN SEBAGAI  
ALTERNATIF AKTIVITAS KEBUGARAN JASMANI PADA SISWA KELAS IV  
DI SEKOLAH DASAR NEGERI CIKULUR**

Nur Syifa Fauziah

*Program Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Kampus Serang,  
Universitas Pendidikan Indonesia*

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan menganalisis permainan tradisional boy-boyan sebagai alternatif aktivitas kebugaran jasmani pada siswa kelas IV di SDN Cikulur. Penelitian ini dirumuskan masalah sebagai berikut: (1) Bagaimana proses permainan tradisional boy-boyan yang dapat menunjukkan komponen kebugaran jasmani (2) Bagaimana aktivitas kebugaran jasmani siswa pada permainan tradisional boy-boyan (3) Bagaimana hasil analisis permainan tradisional boy-boyan yang dapat dijadikan sebagai alternatif aktivitas kebugaran jasmani di kelas IV. Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan proses permainan tradisional boy-boyan yang dapat menghasilkan komponen kebugaran jasmani dan untuk mengetahui untuk mengetahui hasil analisis permainan tradisional boy-boyan yang dapat dijadikan sebagai alternatif aktivitas kebugaran jasmani di kelas IV. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis konsep. Subyek yang digunakan adalah siswa kelas IV. Teknik pengumpulan data yang dilakukan adalah observasi partisipan, wawancara, dokumentasi. Temuan penelitian adalah permainan tradisional dapat dijadikan sebagai alternatif aktivitas kebugaran jasmani di sekolah dasar, karena sudah mencakup unsur ke 4 (empat) komponen kebugaran jasmani, meliputi komponen kecepatan, kelincahan, kekuatan otot, dan daya tahan. Permainan tradisional boy-boyan cocok digunakan di kelas IV yang menunjukkan kekompakan, mampu bekerja sama dengan kelompoknya, disiplin dalam bermain. Permainan boy-boyan membantu siswa dapat bergerak secara aktif dan mengikuti aktivitas permainan. Permainan boy-boyan sangat bagus digunakan pada pembelajaran kebugaran jasmani di sekolah dasar yang dapat meningkatkan keterampilan gerak dan meningkatkan segala potensi yang dimiliki siswa.

**Kata kunci:** Permainan tradisional boy-boyan, kebugaran jasmani

# **ANALYSIS OF BOY-BOYAN TRADITIONAL GAME AS AN ALTERNATIVE OF JASMANI FITNESS ACTIVITIES IN CLASS IV STUDENTS IN CIKULUR STATE ELEMENTARY SCHOOL**

Nur Syifa Fauziah

*Program Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Kampus Serang,  
Universitas Pendidikan Indonesia*

## **ABSTRACT**

This study aims to analyze the traditional boy-boy games as an alternative to physical fitness activities for fourth grade students at SDN Cikulur. This study formulated the following problems. (1) How is the traditional boy-boy game process that can show the components of physical fitness (2) How are the physical fitness activities of students in traditional boy-boy games (3) What are the results of the analysis of traditional boy-boy games that can be used as an alternative to physical fitness activities in class IV. The purpose of this study is to describe the traditional boy-boy game process that can produce physical fitness components and to find out the results of the analysis of traditional boy-boy games which can be used as an alternative to physical fitness activities in class IV. The method used in this research is concept analysis. The subjects used were grade IV students. Data collection techniques used are participant observation, interviews, documentation. The research finding is that traditional games can be used as an alternative to physical fitness activities in elementary schools, because it includes the 4 (four) components of physical fitness, including components of speed, agility, muscle strength, and endurance. Traditional boy-boy games are suitable for use in grade IV which shows solidarity, is able to work together with the group, is disciplined in playing. Boy-boy games help students be able to move actively and participate in play activities. Boy-boy games are very good to use in learning physical fitness in elementary schools which can improve movement skills and increase all the potential that students have.

Keywords: traditional boy-boy games, physical

## DAFTAR ISI

|  |      |
|--|------|
| HALAMAN JUDUL.....                                     | i    |
| LEMBAR PENGESAHAN .....                                | ii   |
| LEMBAR PERSETUJUAN .....                               | iii  |
| KATA PENGANTAR .....                                   | iv   |
| LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH .....        | v    |
| HALAMAN PERNYATAAN .....                               | vi   |
| ABSTRAK.....   | viii |
| DAFTAR ISI .....                                       | x    |
| DAFTAR TABEL.....                                      | xii  |
| DAFTAR GAMBAR .....                                    | xiii |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                                   | xiv  |
| BAB I PENDAHULUAN                                      |      |
| A. Latar Belakang Masalah.....                         | 1    |
| B. Rumusan Masalah .....                               | 3    |
| C. Tujuan Penelitian .....                             | 3    |
| D. Manfaat Penelitian .....                            | 4    |
| E. Definisi Istilah .....                              | 4    |
| BAB II TEORI LANDASAN                                  |      |
| A. Permainan Tradisional .....                         | 6    |
| B. Permainan Boy-boyan.....                            | 12   |
| 1. Pengertian Permainan Boy-boyan .....                | 12   |
| 2. Cara Melakukan Permainan Boy-boyan .....            | 13   |
| C. Kebugaran Jasmani .....                             | 14   |
| 1. Pengertian Kebugaran Jasmani .....                  | 14   |
| 2. Faktor-faktor Kebugaran Jasmani .....               | 16   |
| 3. Manfaat Kebugaran Jasmani .....                     | 19   |
| D. Komponen Kebugaran Jasmani .....                    | 21   |
| E. Pendidikan Jasmani Di Sekolah Dasar .....           | 23   |
| F. Karakteristik Pembelajaran Pendidikan Jasmani ..... | 27   |
| Di Sekolah Dasar                                       |      |
| G. Penelitian Relevan .....                            | 32   |

### BAB III METODOLOGI PENELITIAN

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| A. Pendekatan Penelitian .....    | 34 |
| B. Metode Penelitian .....        | 34 |
| C. Teknik Penelitian .....        | 35 |
| 1. Teknik Pengumpulan Data .....  | 35 |
| 2. Teknik Analisis Data .....     | 35 |
| D. Instrumen Penelitian.....      | 36 |
| E. Latar/Setting Penelitian ..... | 38 |
| F. Subyek Penelitian .....        | 38 |
| G. Prosedur Penelitian .....      | 38 |

### BAB IV DATA TEMUAN DAN PEMBAHASAN

|                      |    |
|----------------------|----|
| A. Data Temuan ..... | 39 |
| B. Pembahasan .....  | 40 |

### BAB V SIMPULAN DAN SARAN

|                   |    |
|-------------------|----|
| A. Simpulan ..... | 48 |
| B. Saran .....    | 49 |

|                      |    |
|----------------------|----|
| DAFTAR PUSTAKA ..... | 50 |
|----------------------|----|

|               |    |
|---------------|----|
| LAMPIRAN..... | 52 |
|---------------|----|

### RIWAYAT HIDUP

## DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, M. (2018 ). *Menjadi Guru Profesional* . Jakarta : PRENADAMEDIA GROUP.
- Depdikbud. (2013). *Kurikulum Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk SD/MI* . Jakarta: Pusat Kurikulum.
- Depdiknas. (2003). *Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani SD/MI* . Jakarta: Pusat Kurikulum.
- Eriyanto. (2011). *Analisis Isi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group .
- Fad, A. (2014). *Kumpulan Permainan Anak Tradisional Indonesia* . Jakarta: Cerdas Interaktif (Penebar Swardaya Group).
- Gustiana Mega Anggita, S. B. (2018). Eksistensi Permainan Tradisional Sebagai Warisan Budaya . *Journal of Sport and Aducation* , 2.
- Hamied, M. &. (2016). *Research Methods*. Bandung: UPI Press.
- Hari Agung Wiwoho, S. J. (2014). Profil Kondisi Siswa Ektrakurikuler Bola Basket . *Journal Of Sport Science and Fitness*, 2.
- Hidayat, C. (2020). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta : CV BUDI UTAMA .
- Iswinarti. (2017). *Permainan Tradisional Prosedur Dan Analisis Manfaat Psikologis* . Malang : UMM Press.
- Johan Cahyo, M. W. (2012). Pengaruh Latihan Lompat Kijang Terhadap Kecepatan Lari . *Jounal of Sport Science and Fitness*, 2.
- Kurniati, E. (2016). *Permainan tradisional dalam pengembangan keterampilan sosial anak*. Jakarta: PRENADAMEDIA GROUP.
- Kusumawati, O. (2017). Pengaruh Permainan Tradisonal Terhadap Peningkatan Kemampuan Gerak Dasar Kelas Bawah. *Pendidikan dan Pembelajaran Dasar*, 3.
- Lutan, R. (2001). *Asas-Asas Pendidikan Jasmani* . Jakarta: Depdiknas.
- Mahendra, A. (2007). *Permainan Anak dan Aktivitas Ritmik*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Mulyani, S. (2013). *45 Permainan Tradisional Anak Indonesia* . Yogyakarta : LANGENSARI PUBLISHING.
- Nahak, H. M. (2019). Upaya Melestarikan Budaya Indonesia di Era Globalisasi. *Sosiologi Nusantara*, 5.



- Naniek Kusumawati, E. S. (2019). *Strategi Belajar Mengajar di Sekolah Dasar* . Jawa Timur: CV AE MEDIA GRAFIKA.
- Qomarullah, R. (2015). Model Aktivitas Belajar Gerak Berbasis Permainan Sebagai Materi Ajar Pendidikan Jasmani . *Journal of Physical Education, Healt and Sport* , 2.
- Ramadhan Lubis, K. (2018). Permainan Tradidional Sebagai Pengembangan Kecerdasan Emosi Anak. *Pendidikan Anak* , 4.
- Rildan Rahman Muharam, I. D. (2019). Hubungan Antara Pola Makan dan Status Gizi Dengan Tingkat Kebugaran Atlet Dayung. *Journal Of Sport Science And Education*, 2.
- Sartinah. (2008). Peran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Dalam Perkembangan Gerak Dasar dan Keterampilan Sosial Siswa Sekolah Dasar . *Pendidikan Jasmani Indonesia* , 4.
- Seni Oktariani, I. S. (2019). Physical Activity in Elderly: An Analysis of Type of Sport TTaken by Elderly in Bandung. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga.* , 2.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif* . Bandung: Alfabeta.
- Suherman, A. (2018). *Kurikulum Pembelajaran Penjas* . Sumedang : UPI Sumedang Press.
- Sukardi. (2013). *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sukardi. (2013). *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi Prakarya* . Jakarta : Bumi Aksara.
- Wiarso, G. (2015). *Panduan Berolahraga Untuk Kesehatan Dan Kebugaran* . Yogyakarta : GRAHA ILMU.
- Widiastuti. (2015). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta : Rajawali Pers.
- Wijayanto, E. Z. (2012 ). Pengaruh Pembelajaran Permainan Bola Besar Terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani . *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 7.
- Yopa Taufik Saleh, d. (2017). Model Permainan Tradisional Boy-boyan Untuk Meningkatkan Perkembangan Sosial Anak SD. *Pendidikan dan Pembelajaran di Sekolah Dasar* , 17.